

Opinnäytetyö (AMK)

Kuvataide

2015

Lotta Leka

SINÄKUVALLISUUS TAITEELLISESSA TYÖSKENTELYSSÄ



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Lotta Leka

SINÄKUVALLISUUS TAITEELLISESSA TYÖSKENTELYSSÄ

Opinnäytetyössäni tarkastelen sinäkuvallisuutta kuvataiteen menetelmänä. Etsin vastauksia kysymyksiin: mitä on sinäkuvallisuus, miten kuvataiteellisen opinnäytetyöni prosessi on sinäkuvallinen ja millä tavoin sinäkuvallisuudesta on taiteelliseksi työmenetelmäksi.

Lähestyn kysymyksiä haastatteluin ja analysoimalla taiteellista opinnäytetyötäni. Sinäkuvallisuudesta ei kirjallisuutta vielä löydy, joten tärkeimmät lähteeni ovat olleet haastattelemanani ihmiset. Olen tutkinut muotokuvaa, omakuvaa, minäkuvan kehitystä ja taideterapiaa käsittelevää kirjallisuutta. Tärkeimmät kirjalliset lähteeni ovat olleet Markku Ojasen ”Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen” ja esseekokoelma ”Valokuvan terapeutin voima”.

Sinäkuvat ovat muotokuvia, mutta muotokuvaus eroaa sinäkuvallisesta työskentelystä. Sinäkuvallisuudessa tärkeintä on toisen kuuntelu, katsominen, keskustelu ja palautteen antaminen. Parhaimmillaan työskentely on vastavuoroista kuvan tekemistä. Sinäkuvallisuudessa kerron, millaisena näen sinut, oman käsitykseni sinusta, sinäkuvani. Kuvamme itsestämme muuttuu ja vahvistuu toisilta saadun palautteen myötä. Sinäkuvaa ovat sekä konkreettiset kuvat että sanallisesti annettu sinäkuva.

Sinäkuvallisuutta voidaan soveltaa pari- tai ryhmätyöskentelyssä. Se voi olla vastavuoroista tekemistä tai vain toinen voi tehdä sinäkuvia. Työskentelyssä voidaan pohtia moraalisia, eettisiä ja identiteettiin liittyviä kysymyksiä ja työstää ryhmän keskinäisiä identiteettejä. Voimme ymmärtää syvällisemmin, miten minä, sinä ja me rakentuvat. Opimme toistemme kokemusmaailmasta, suhtautumisestamme toisiin ihmisiin, pyrkimyksistämme ja tarpeestamme olla toisten ihmisen kanssa yhteydessä.

ASIASANAT:

sinäkuva, muotokuva, omakuva

Lotta Leka

YOU-PORTRAITURE IN ARTISTIC WORK

In my thesis work I study you-portraiture as an artistic method. I look for answers to the questions: what is you-portraiture, how the process of my artistic thesis is you-portrayal and how you-portraiture can be used as an artistic method.

I approach the issue by interviews and by analyzing my artistic thesis. There is no literature about you-portraiture yet, thus the most important sources have been the people I have interviewed. I have studied the literature of portraiture, self-portraiture, the development of self-image and art therapy. Markku Ojanen's "Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen" and essay collection "Valokuvan terapeutinen voima" have been the most important literary sources.

You-portraits are portraits but portraiture differs from you-portrayal working. The most important about you-portraiture is listening, seeing, reciprocal conversation and giving feed-back. At its best the working is reciprocal making of art. By you-portraiture I describe how I see you, my understanding about you, my you-image. Understanding about ourselves changes and strengthens through the feedback we get from others. Pictures and given verbal you-image are both you-portrayal.

You-portrayal can be put in practice working as a twosome or in groups. It can be reciprocal or only the other one can make pictures. In the process can be considered moral, ethical and questions about the identity and work identities of a group. While working we can understand more deeply how I, you and we are made up. We learn about each other's experiences, our attitude towards others, our aims and about our need to be in touch with others.

KEYWORDS:

You-portrait, portrait, self-portrait

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	MINÄKUVAN MUODOSTUMINEN	10
3	TAITEEN EHEYTTÄVYYDESTÄ	12
4	MUOTOKUVA, SINÄKUVA JA OMAKUVA.....	15
5	SINÄKUVALLISUUS	19
6	SINÄKUVALLISESSA PROSESSISSA.....	24
6.1	Toteutus	25
6.2	Valta	27
6.3	Vaikutukset.....	29
6.4	Arviointi	34
7	LOPUKSI	37
	LÄHTEET	40

LIITTEET

Liite 1. Kysymysrunko haastattelua varten
Liite 2. Runomuotokuva

KUVAT

Kuva 1. Siivetön, 2014, fotopolymeeri, 17 x 22 cm.	7
Kuva 2. Hauras kohta II, 2015, fotopolymeeri, 13 x 18 cm.	9
Kuva 3. Keskeneräisyyden koreografiaa I, 2014, fotopolymeeri, 29 x 20 cm.	14
Kuva 4. Sanataiteilija Jasmine Westerlund kirjoittaa haastattelijalle runomuotokuvan. Valokuva: Veera Vähämaa.	18
Kuva 5. Perhe, 2015, fotopolymeeri, 27 x 27 cm.	26
Kuva 6. Pitkä matka lähelle, 2015, fotopolymeeri, 13 x 40 cm.	29
Kuva 7. Haarniska, 2014, fotopolymeeri, 17 x 22 cm.	31
Kuva 8. Tämän valmiimmaksi en tule, 2015, valokuva, maalikynä.	33
Kuva 9. Lentokykyisiä, siskoni, 2015, fotopolymeeri, 20 x 14 cm.	36

1 JOHDANTO

Aloitin vuonna 2011 Omakuvalliset menetelmät opinnot Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemiassa. Teimme omakuvia yhden vuoden aikana eri tekniikoilla, vaihtuvien ryhmänvetäjien kanssa. Olin työskennellyt omakuvallisista lähtökohdista jo useita vuosia, ja jatkan omakuvallista työskentelyä edelleen. Useamman työpajan tuolloin meille vetänyt Pia Bartsch lausui ääneen toiveensa siirtyä omakuvallisesta työskentelystä sinäkuvalaiseen työskentelyyn. Termi sinäkuvalaisuus jäi kiinnostamaan minua, ja siirtymä siihen toteutui kohdallani aloittaessani kuvataiteellista opinnäytetyötäni kuvataiteilijan AMK-tutkintoa varten vuonna 2014.

Läheisen ystäväni sairastuttua krooniseen syöpään aloitimme yhdessä prosessin, jota kutsuimme eheyttävän valokuvan projektiksi. Suunnittelimme kuvia yhdessä keskustellen ja kuvaten. Kuvataiteellisen opinnäytetyöni näyttelykokonaisuus *Syöpymätön* käsittää valokuvista tekemiäni grafiikanvedoksia, heijastettuja valokuvia sekä sairastuneen ystäväni kirjoittaman runokokoelman, jonka lähtökohtana on ollut vedostamani kuvasarja. Kerron kirjallisessa opinnäytetyössäni kokemuksistamme tässä prosessissa.

Kirjallisen opinnäytetyöni avulla selvitän, mitä termi sinäkuvalaisuus pitää sisällään. Tutkin sinäkuvalaisuutta käyttäkseni sitä menetelmänä omassa työskentelyssäni kuvataiteilijana. Etsin vastauksia kysymyksiin: Mitä on sinäkuvalaisuus? Miten kuvataiteellisen opinnäytetyöni prosessi on sinäkuvalainen? Millä tavoin sinäkuvalaisuudesta on taiteelliseksi työmenetelmäksi?



Kuva 1. Siivetön, 2014, fotopolymeeri, 17 x 22 cm.

Olen haastatellut yhteisötaiteilija Pia Bartschia, sillä hänen kokemuspohjansa ihmisten kohtaamisesta taiteen parissa on laaja. Kirjoittajaryhmä Tapiirin jäseniä Veera Vähämaata, Jasmine Westerlundia ja Timo Harjua haastattelin siksi, että he kirjoittavat sinäkuvallisia runomuotokuvia. Lisäksi Harju on käyttänyt sinäkuvallisuutta työskentelymenetelmänään. Sanataiteilijoita Veera Vähämaata ja Jasmine Westerlundia haastattelin pienryhmänä. Ryhmän jäsentä, sanataiteilijaa ja kirjailijaa, Timo Harjua haastattelin puhelimitse. Liitän haastattelemieni ihmisten pohdintoja osaksi tekstiäni. Käytin haastatteluissa liitteenä olevaa kysymysrunkoa, jota varioin haastateltavien mukaan. Lähestyn kysymyksiä myös eheyttävän valokuvan projektimme analysoinnilla. Olen tutkinut muotokuvaa, omakuvaa, minäkuvan kehitystä ja taideterapiaa kuvaavaa kirjallisuutta. Esittelen näitä aiheita niiltä osin, kuin ne mielestäni käsittelevät sinäkuvallisuutta.

Aluksi luvussa *Minäkuvan muodostuminen* pohdin perusteita sille, miksi ihminen tarvitsee toista ihmistä identiteettinsä kehittymisen tueksi. Lähestyn aihetta persoonallisuuspsykologian näkökulmasta. Kirjallisena lähteenäni on ollut Markku Ojasen ”*Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen*”

Luvussa *Taiteen eheyttävyydestä* käsittelen syitä taiteen käytölle hyvinvoinnin tukena. Mietin, millä tavoin taiteen tekeminen vaikuttaa ihmiseen ja kuinka sinäkuvallinen työskentely tukee hyvinvointia. Lähteenäni olen käyttänyt mm. Ulla Halkolan, Lauri Mannermaan, Tarja Koffertin ja Leena Koulun toimittamaa kirjaa ”*Valokuvan terapeuttilinen voima*”.

Luvussa *Sinäkuva, muotokuva ja omakuva* mietin, kuinka nämä käsitteet eroavat toisistaan ja mitä yhteistä niillä on.

Sinäkuvallisuus-osiossa kerron haastattelemieni ihmisten näkemyksiä ja omia kokemuksiani siitä, mitä sinäkuvallisuus pitää sisällään ja millaista on sinäkuvallinen työskentely. Pohdin sen hyötyjä ja vaikutuksia työpajoissa käytettävänä menetelmänä.

Osiossa *Sinäkuvallisessa prosessissa* kerron kokemuksistani *Syöpymätön* projektissa. Hyödynnän tekemiäni päiväkirjamerkintöjä, keskusteluita, sähköposteja ja tekemiäni kuvia. Pohdin, mikä tekee prosessistamme sinäkuvallisen.



Kuva 2. Hauras kohta II, 2015, fotopolymeeri, 13 x 18 cm.

2 MINÄKUVAN MUODOSTUMINEN

”Toisin sanoen lapsen toiseus on absoluuttista, jakamatonta, lähtökohtaista. Tämä on etiikan alku; ilman sitä mikään ei ole eettistä.”

Janne Kurki (Kurki 2011,3)

Tässä luvussa tarkastelen ihmisen minän rakennetta ja kehitystä. Ihmisellä on tarve kehittyä, saada tukea ja palautetta. Sinäkuvallisessa työskentelyssä ihminen voi hyödyntää saamaansa palautetta oman identiteettinsä, minäkuvansa ja itsetuntonsa kehittymiseen.

Ihmisen minuuden ajatellaan rakentuvan ihmissuhdekokemusten varassa. Tullakseen minäksi ihminen tarvitsee tietoa itsensä ja ympäristönsä suhteista. Ihmisen erilaiset osat hankkivat ja jäsentävät tätä tietoa. Identiteettiin sisältyy yksilöllisyys ja kuuluminen johonkin ihmisryhmään. Minäkuvaan kuuluvat ihmisen piirteet ja ominaisuudet, ja itsetuntoon liittyy minätietoisuus, itsearvostus ja itsetuntemus. (Ojanen 1996, 31.)

Ihmisen minäkäsitys sisältää joukon minäkuvia, jotka ovat mielikuvia ja itseen kohdistuvia asenteita ja arvostuksia. Kokemukset siitä, kuinka toiset ihmiset reagoivat minuun, ovat perustana asenteilleni ja arvostuksilleni. (Kääriäinen 1988, 13.) Me ihmiset olemme kuin erilaisia peilejä toisillemme, suhtautumimme mukaan. Toisten kanssa näemme itsemme arvokkaina, joidenkin kanssa taas mitättöminä tai vääristyneinä. Näistä näkemistämme heijastetuista kuvista muodostamme kuvan siitä, millaisia olemme. Tärkeää meille on myös minätietoisuutemme, jotta kykenemme noudattamaan asenteitamme, periaatteitamme ja arvojamme. (Ojanen 1996, 23, 44.)

Ihminen ylläpitää itsearvostustaan siten, että hän pyrkii saamaan toiminnastaan myönteistä palautetta. Samasta syystä me myös kaihdamme arvostelua. Valikoimme, keiden ihmisten kanssa haluamme olla tekemisissä sen mukaan, millaista palautetta saamme. Etsiydymme tilanteisiin, joissa suoriudumme hyvin. Ihmisen minälle ovat tavoitteina eheys ja itsensä toteuttaminen. Näiden tavoitteiden toteuttamiseen ihminen tarvitsee toista ihmistä. (Ojanen 1996, 60–

61, 64, 111.) Ojanen kertoo George Meadin ja Harry Stack Sullivanin sosiaalisen ympäristön heijastumisen periaatteesta: Tärkeää on, että ihminen oppii arvioimaan itseään muiden näkökulmasta, sillä hän ei voi arvioida itseään suoraan. Minä muodostuu heijastuvien arvioiden tuloksena. (Ojanen 1996, 65–66.)

Minäkuva vaikuttaa sinäkuvaan, kuten myös sinäkuva minäkuvaan. Kehittyessä ihminen tarvitsee vastavuoroisen suhteen, jonka avulla hän peilaa omaa itseään. Tuo vastavuoroinen peili vaikuttaa suuresti siihen, millaiseksi minäkuvamme muodostuu ja millainen itsesäätely meille kehittyy. Vuorovaikutus ja tarve ”peileille” jatkuu läpi elämän.

3 TAITEEN EHEYTTÄVYYDESTÄ

Tässä luvussa käsittelen taiteen tekemisen ja kokemisen vaikutuksia ihmiseen. Sinäkuvaluullisuuden perustana on ajatus taiteen eheyttävyydestä. Se on yksi mahdollinen työskentelymenetelmä käsitellä erilaisia asioita taiteen keinoin yhdessä toisten kanssa.

Ihmisyteen liittyy perusominaisuutena luovuus ja luomisen toiminta, mielellään siten, että koemme yhteenkuuluvuutta ja yhteisymmärrystä muiden ihmisten kanssa. Taiteessa käsitellään usein sellaisia asioita, joita ei voi kuvata sanoin. Taidetta ajatellaan ymmärrettävän sisäisesti, sillä sen tekeminenkin on lähtöisin tuntemattomasta sisältämme. Voimme ottaa taiteen avulla tietämyksemme, kehomme ja aistimuksemme käyttöön ja oppia luovan tutkimisen kautta kokonaisvaltaisemmin erilaisia asioita. Jakaessamme kokemuksia vuorovaikutuksessa toisten kanssa meissä kasvaa inhimillisyys, ymmärrys ja rakkaus. (Karlsson-Sutisna 1995, 66–68.)

Tutkimusten mukaan kulttuuri- ja taide-elämysten tuomat virikkeet, elämykset ja kokemukset aiheuttavat ihmiselle ns. hyvää stressiä, jossa mielihyvän kokemukset ja tunteet tasapainottavat elimistön toimintaa. Monet ihmiset kokevat taiteen kantavaksi voimaksi, joka antaa elämälle merkitystä. Taide on väylä elämänfilosofisten kysymysten pohtimiseen, kun ihminen kohtaa esimerkiksi sairautta ja kuolemaa. Erilaisia elämän murheita kohdatessaan ihminen ottaa taiteen avukseen tuomaan toivoa ja estämään syrjäytymisen kokemusta. (Hyypä & Liikanen 2005, 57, 104–106.)

Sosiaalikasvattaja Miina Savolainen on voinut todeta taiteen eheyttäviä vaikutuksia *Maailman ihanin tyttö* -valokuvaprojektissaan. Projektin tuloksena hän on luonut ns. voimauttavan valokuvan menetelmän, jota käytetään ihmisen identiteettityön tukena, työyhteisöjen kehittämisessä, yhteisötaiteessa tai perheissä vuorovaikutuksen parantamiseen. Keskeisinä ehtoina ovat tasavertai-

suus, vastavuoroisuus ja itsemäärittelyn oikeus. Menetelmän avulla pyritään siihen, että ihminen tulee nähdyksi ja kohdatuksi siten, että hän voi kokea itsensä arvokkaaksi kaikkine puolineen, tunteineen ja tarpeineen. Ihminen kokee helposti ulkopuolisuutta, jos hän ei tule nähdyksi tai hänet mitätöidään katseella. Valokuvaus on väline, jonka kautta voi heijastaa toiselle hänen ainutkertaisuuttaan ja arvokkuuttaan katsomalla hyväksyvästi. Kun ihminen kokee olevansa toiselle arvokas, niin hän voi olla sitä myös itselleen. (Savolainen 2008, 165.)

Auttamistyössä on keskeistä näkökulma, että ihmisen voimautuminen lähtee ihmisestä itsestään. Siihen vaikuttavat kuitenkin myös toiset ihmiset sen mukaan, toteutuuko vuorovaikutuksessa tasavertaisuus ja itsemäärittelyn oikeus. Valokuvaamisessa yksittäinen valokuva ei ole objektiivisesti totta, vaan se on sattumanvarainen ja kuvaajansa rakentamaa. Yksilölle se taas voi olla subjektiivisesti totta, jos hän itse antaa sille painoarvon. Itsemäärittelyä on se, että ihminen voi itse valita, mitkä kuvat hän ottaa identiteettityöskentelynsä palvelukseen. (Savolainen 2009, 212.)



Kuva 3. Keskeneräisyyden koreografiaa I, 2014, fotopolymeeri, 29 x 20 cm.

4 MUOTOKUVA, SINÄKUVA JA OMAKUVA

Tässä luvussa pohdin, kuinka muotokuvat, sinäkuvat ja omakuvat kietoutuvat toisiinsa, ja millä tavalla ne eroavat toisistaan. Sinäkuvat ja omakuvat ovat muotokuvia, mutta lähtökohdat niiden tekemiseen ovat erilaisia.

Renessanssiaikana alkunsa saaneessa eurooppalaisessa uuden ajan muotokuvamaalauksessa tärkeintä oli kuvata henkilön yhteiskunnallinen asema. Myöhemmin on alettu kuvata myös ihmisen henkilökohtaisia ominaisuuksia. Muotokuvassa ihminen on kuvattu siten, että hänet voi tunnistaa siitä. Kuten muussakin taiteessa tyylivaihtelua on ollut, mutta ”peruskaava” on säilynyt. Esimerkiksi kasvojen esittämisessä on vakiintuneet kuvaustavat. (Ruotsalainen & Kallio 2006, 6-8).

Muotokuvauksessa on nykyään pyrkimys lähestyä ihmisen persoonallisuutta ja tuoda siitä esiin jotakin olennaista. Sinäkuvaluudessa tärkeintä on keskustelu ja palautteen antaminen. Parhaimmillaan työskentely on vastavuoroista kuvan tekemistä. Muotokuvaajalta usein tilataan kuva, joka maksetaan rahalla. Sinäkuvaluusiin työpajoihin osallistutaan mm. sosiaalisesta kiinnostuksesta. Tavoitteena voi olla halu tavoittaa toisen ihmisen kokemusmaailmaa ja ymmärtää elämää. Muotokuvan voi ottaa vaikkapa kadulla pyydettyään ihmiseltä luvan. Sinäkuvan ottaminen ei tapahdu yllättäen, vaan osallistujat sopivat prosessista etukäteen yhdessä.

Muotokuvaaja on kuvataiteen tai valokuvauksen ammattilainen. Hänellä on usein studio, jossa kuvat otetaan tai tehdään. Sinäkuvat ja omakuvat ovat myös muotokuvia, mutta taiteelliseen sinäkuvaluuseen työskentelyyn osallistujat eivät ole välttämättä taiteilijoita. Kuvat voivat olla harrastelijatasoisia ja silti antaa kuvattavalle paljon. Taiteellisuus ei välttämättä ole tärkeintä, vaan lähtökohtana on kuunteleminen, katsominen ja halu antaa positiivista palautetta toiselle.

Muotokuvauksessa molemminpuolinen vuorovaikutus on tärkeää, jotta kuvaaja voisi tavoittaa kuvattavan persoonallisuutta (Aalto 2010, 117). Myös luottamus on tärkeää. Kuvattava antaa sekä ulkomuotonsa että sielunsa kuvaajan käyttöön. Parhaimmillaan muotokuvauksessa toimitaan vuorovaikutteisessa yhteistyössä, jossa toteutetaan kuvattavan esittämiä ideoita. (Aalto 2010, 137.) Myös sinäkuvan tekemiseen vaaditaan vuorovaikutteisuutta, luottamusta ja kunnioitusta. Niitä ilman ei voi kohdata avoimesti ja rohkeasti toista.

Runomuotokuvien kirjoittaja Timo Harju pohtii muotokuvan ja sinäkuvan eroja seuraavasti:

”Muotokuva termistä tulee mieleen jokin muoto, vaikka tuolilla istuminen tietyssä asennossa. Muoto on enemmän jähmettynyttä, kun taas sinäkuva on enemmän elämistä ja on laajempi merkityksiltään. Teen runomuotokuvia, joiden ajattelen olevan sinäkuvallisia, mutta niistä on selkeämpää käyttää muotokuva termiä, sillä ne ovat yksittäisiä interventioita, ja ihmisillä on ajatus siitä mitä muotokuva on. Pitkällisessä työskentelyssä sinäkuva on hyvä termi. Minäkuva termissä on kyse mm. itsetunnosta ja käsityksestä siitä mitä ihminen mielestään osaa. Sen rinnalle termin sinäkuva nostaminen tuntuu mielekkäältä ja assosiaatioita herättävältä.”

Yhteisötaiteilija Pia Bartsch ei ajattele perinteisen muotokuvamaalauksen olevan sinäkuvallista, vaikka se onkin vuorovaikutuksellista, sillä perinteisesti muotokuva tehdään tilauksesta toiselle. Sinäkuvallisuudessa objekti muuttuu subjektiksi ja kysymys on ennen kaikkea kohtaamisesta, sen perusteellisesta merkityksestä. Bartsch kiteyttää työskentelyn ytimen seuraavasti:

”Jotta kykenee työskentelemään taiteessa sinäkuvallisesti, täytyy olla vastaanottavainen ja auki. Siinä ei ole kyse omasta itsestä, vaan vuorovaikutuksesta, kunnioittamisesta ja tahdosta ymmärtää toista. Kuuluu asiaan myös neuvotella asioista. Kun muodostaa ihmisestä kuvaa sinäkuvallisessa mielessä, niin sitä ei voi tehdä ulkopuolisena. Kuvattavana olevan tulee olla aktiivinen subjekti, eikä objekti.”

Sinäkuvallisuudessa hyödytään siitä, että kameroiden yleistyttyä kaikilla on mahdollisuus kuvata kaikkea arjesta juhlaan. Rima kuvaamiseen on laskenut. Ihmiset ovat tottuneet olemaan kuvattavina monenlaisissa tilanteissa, ja osaavat kokemuksen myötä olla luontevammin kuvattavana. Sinäkuvan ei tarvitse olla ammattimaista muotokuvaa, ja silti kuvat voivat olla nykytekniikan ja muuttuneen kuvaan suhtautumisen myötä myös taiteellisia.

Some on paikka, jossa sinäkuvallisuutta ja omakuvallisuutta käytetään luontevasti sekaisin. Käyttäjät ovat kuviensa subjekteja. Omakuvien lisäksi tehdään sinäkuvia ja mekuvia. Kuvia suunnitellaan, kuvataan, ohjataan ja valitaan yhdessä. Kuvista annetaan palautetta, joka muokkaa identiteettiä. Haavoittumisen riski on olemassa, kuten kaikessa julkisessa esittämisessä, mutta väline on niin tärkeä sosiaalisuuden ja oman identiteetin kehittämisen muoto, että tuo riski otetaan.

Taina Erävaara kirjoittaa, että nykytaiteessa omakuvien tekemiseen liittyy prosessi, jossa ihminen rakentaa identiteettiään. Omakuvissa voi kysyä, mitä olen itselleni ja toiselle. (Erävaara 2011, 32-33.) Omakuva liittyy sinäkuvaan palautteen kautta. Omakuvallisissa työpajoissa saa sinäkuvallista palautetta, kun omakuvia käydään läpi keskustelemalla. Sinäkuvallisuus siis toteutuu omakuvallisten työpajojen sisällä, vaikka työpajojen lähtökohtana on ollut jokaisen oma sisäinen työskentely. Sinäkuvallisessa työskentelyssä painopiste muuttuu toisen ihmisen sisäisen maailman kuunteluun ja ymmärtämiseen. Sinäkuvallinen työskentely voisi olla yhtä suosittua kuin omakuvallinen työskentely, sillä se opettaa meitä kohtaamaan ja arvostamaan toisiamme, vahvistaa minäkäsitystämme ja itsearvostustamme.



Kuva 4. Sanataiteilija Jasmine Westerlund kirjoittaa haastattelijalle runomuotokuvan. Valokuva: Veera Vähämaa.

5 SINÄKUVALLISUUS

Sinäkuvallisuus-termiä ei ole yleisesti käytetty. Etsiessäni aiheeseen liittyvää aineistoa löysin ainoastaan yhden, Kata Koskivaaran artikkelin *Sinäkuva työpaja–luonnoksesta lavastetuksi kuvaksi*, vuodelta 1992. Työpajassa Tuusulan kansanopiston oppilaat haastattelivat toisiansa, tekivät luonnoksia lavastettuja muotokuvia varten ja etenivät sitten kuvien ottamiseen. Työpaja perustui siihen, että me ihmiset teemme jatkuvasti havaintoja toisistamme. Osan asioista rekisteröimme vaistomaisesti aisteillamme ja osan tiedostamattomasti. Työpajassa vertailtiin havaintoja, jotta opittaisiin muiden tavasta lähestyä tai kuvata ihmisiä. Työpajassa toisilleen entuudestaan tutut nuoret työskentelivät kolmen päivän ajan ryhmänä vuorotellen tehtäviensä mallina, kuvaajana ja avustajina. Jokainen teki luonnoksen ja otti kuvan jokaisesta ryhmän jäsenestä. Lopuksi työskentelystä ja kaikista kuvista keskusteltiin yhdessä. (Koskivaara 1992, 22.)

Vaatii rohkeutta suostua kuvattavaksi, varsinkin jos tarkoitus on saada siitä palautetta. Monet ihmiset eivät halua tulla lainkaan kuvattaviksi sen vuoksi, etteivät pidä itsestään kuvissa. Omaa kuvaa tutkitaan yksityiskohtaisemmin ja liittäen siihen omaa historiaansa. Toinen tarkastelee kuvaa todennäköisesti lempeämmin silmin, kokonaisuutena ja näkee pääasiassa vaikkapa yleiset piirteet ja kuvan tunnelman. Sinäkuvallisuudessa kerron ajatuksiani ja näkemyksiäni sinusta, sinäkuvaani. Valokuva on siihen helppo väline, mutta apuna voi käyttää muitakin taiteen lajeja.

Tapiiri-ryhmän jäsen Timo Harju kertoo käyttäneensä sinäkuva termiä ensimmäisen kerran vuonna 2012 taidehankkeessa, jossa tehtiin minäkuvia ja sinäkuvia, edeten omakuvatyöskentelystä sinäkuvan tekemiseen. Sekä minäkuvat että sinäkuvat tulivat jaetuksi ja kuunnelluksi. Harjun mukaan saman asian kaksi puolta vahvistavat ja samalla herkistävät toisiaan. Työpajassa käytettiin sanoja minäkuva ja sinäkuva, sillä parina ne toimivat hyvin. Harjun mukaan minäkuvatyöskentely avaa tekemään toiselle sinäkuvia ja omakuvien välityksellä huomaa, mitä kuvat merkitsevät ihmisille. Työskentely tekee ihmisestä rohkeamman ja välittävämmän. Minäkuvien ja sinäkuvien avulla työskentelyyn

pääsee syvemmälle ja kokonaisvaltaisemmin. Hän toteaa, ettemme voi elää elämäämme tasapainoisina keskittyen ainoastaan sinään, mutta emme myöskään keskittyen ainoastaan minään. Myös *Syöpymätön*-projektissa omakuvalisuus linkittyi sinäkuvallisuuteen helposti. Sinäkuvat virittivät kuvattavaa kirjoittamaan omaa tunnettaan ja prosessoimaan kokemaansa.

Yhteisötaiteilija Pia Bartsch on pohtinut termejä sinäkuva ja mekuva. Ajatuksena niissä hänen mielestään on tulla pois minäkeskeisyydestä ajatellen ihmistä laajennettuna omakuva-sinäkuva-mekuvana. *”On hyvä tehdä omakuvaa, tiedostaa ja käsitellä sitä kuka minä olen, mutta pohtia myös paikkaani maailmassa, identiteettiäni toisten kautta.”* Hänen mukaansa omakuvallisuuden ei tarvitse välttämättä edeltää sinäkuvallista työskentelyä, mutta sen avulla voi hyvin esitellä toiselle itsensä. Bartsch ei ole pitänyt varsinaisesti sinäkuvallisia työpajoja, mutta useita sellaisia työpajoja, joissa ihmiset ovat tutustuneet toisiinsa ja kokeneet, että heidän kuvansa omasta itsestään on työpajan kautta muuttunut olennaisesti toisilta saamansa palautteen myötä.

Bartschin mukaan yhteisötaiteessa muodostuu sinäkuvia, vaikka niihin ei oltaisi tultu sinäkuvallisista lähtökohdista, sillä ihmiset kohtaavat työskentelyssä toisensa. Työpajoissa on käsitelty mm. erilaisia pelkoja, jotka ovat jonkinlaisia sinäkuvia ja omakuvia. Kun niitä pohditaan yhdessä, ei jäädä ainoastaan oman itsen tutkimiseen, vaan tutkitaan myös toisiamme. Sinäkuvallisessa työpajassa tulisi hänen mukaansa kuitenkin sinäkuvallisuuden olla työskentelyn alusta asti tietoinen lähtökohta, eikä sivutuote, joka syntyy vahingossa. Toteuttaa sen voi millä tahansa taiteellisella tavalla.

Sinäkuvallisessa työskentelyssä Bartsch pyrki siihen, että niissä pohdittaisiin moraalisia ja eettisiä kokonaisuuksia, identiteettiin liittyviä kysymyksiä ja ryhmän keskinäisiä identiteettejä. Työskentelyssä keskityttäisiin siihen, mikä meitä yhdistää, eikä siihen, mikä meitä erottaa. Työskentelyn kautta tajutaan syvällisemmin, miten minä, sinä ja me rakentuvat. Hänen mielestään sinäkuvalliset työpajat olisivat hyvä työskentelyfoorumi ihmisille, jotka kohtaavat elämässään esimerkiksi muutoksia tai menetyksiä. Ihmisellä olisi mahdollisuus reagoida tilanteeseen taiteen keinoin.

Sanataiteilijoiden Veera Vähämaan ja Jasmine Westerlundin mukaan sinäku-
vallinen työpaja voi olla ryhmätoimintaa tai kahden ihmisen välistä toimintaa.
Tekijän ja katsottavana olevan roolit vaihtuvat. Bartschin järjestämässä sinä-
kuvatyöpajassa työskenneltäisiin mieluiten parityöskentelynä, jossa prosessi on
loppuun saakka vuorovaikutuksellinen, ja molemmilla on valta puuttua sen
kulkuun. Kaikkien haastateltavien mielestä taiteellisessa kohtaamisessa hitaus ja
läsnäolo ovat tärkeitä. Työskentely aloitetaan rakentamalla luottamusta, jotta
kyetään ottamaan toinen vastaan. Se ei aina tapahdu nopeasti tai helposti.
Pidemmän ajan kuluessa työskenneltäessä on mahdollisuus palata uudestaan
erilaisiin asioihin, jolloin ihmisten välinen vuorovaikutus paranee ja toisen ihmisen
elämästä saa syvemmän käsityksen.

Vähämaa ja Westerlund toteavat, että ohjaajalla on vastuu esiin nousevien
tunteiden ja kokemusten purkamisessa. Työpajoissa on hyödyllistä työskennellä
monen ohjaajan voimin, jolloin vastuu huomioiden tekemisestä jakautuu usean
ihmisen kesken. Myös Bartsch puhuu vastuusta: Taiteilija luo edellytykset sille,
että ihmiset tuntevat turvallisuutta ja tasavertaisuutta ja että ryhmän henki on
hyvä.

Harju toteaa, että ihmiset saavat tulla omana itsenään ja heillä on oikeus jättää
kertomatta asioita, joita he eivät halua kertoa. Asioita ei myöskään jaeta ryhmän
ulkopuolella muille. Ihmisen kipeisiin kohtiin voi Harjun mukaan asennoitua siten,
että kun taide menee kohti jotakin haavoittuvaa, niin sitä kohti ei tarvitse mennä
paljastaen, vaan suojaten. Taide voi olla teko jossa tajutaan, että toinen tarvitsee
suoja vaikeiden asioiden kanssa. Tapiirilaisten mukaan runomuotokuvissa
saatetaan tarttua kipeisiin asioihin, mutta voimauttavalla ja kantavalla tavalla.
Sääntönä on, että asiat sanotaan ihmiselle kauniisti ja nähdään kohdattu ihminen
kauniisti ja hyväksyvästi. Vähämaa ja Westerlund kertovat, että joskus voi joutua
hakemaan tapaa ilmaista jokin vaikea asia. Metaforien käyttö on silloin hyvä
apuväline. Perusajatuksena runomuotokuvan tekemisessä on jaettu hetki, jossa
toinen katsoo ja toinen tulee nähdyksi. Ihmistä katsotaan ihmisenä, unohtaen
omat ennakko-oletukset. Runo kertoo juuri siitä hetkestä. Tämä rajaus tekee
kohtaamisesta selkeää ja turvallista.

Harju asettaisi sinäkuvallisen työskentelyn tavoitteiksi avoimuuden ja sen, että uskaltaa olla oma itsensä muiden kanssa kohdaten vuorovaikutuksen seuraukset. Tavoitteiden ei tarvitse olla sen kaltaisia, että voimme paremmin, eheydymme tai paranemme. Hän työskentelee usein laitoksissa, ja kertoo, että niissä on omat hoidolliset ja kasvatukselliset tavoitteensa, jotka liittyvät hyvään ammattietiikkaan, mutta jotka eivät ole taiteilijan tavoitteita. Taide ei voi kuitenkaan olla ristiriidassa näiden tavoitteiden kanssa ja ne tulee ottaa huomioon. Hän ei aseta niitä silti taidetyöskentelyn tavoitteiksi, sillä taide tuo mukanaan avoimuuden, jossa ei mennä ihmisen haava edellä. Tämän avoimuuden hän sanoo olevan hoidollisesti mielekästä.

Bartschin mukaan kaikilla tulee olla sama mahdollisuus vaikuttaa. Yhteisötaiteilijana hän kokee myös taiteellista vastuuta työskentelystä. Prosessi ei mene kuitenkaan niin, että taiteilija määrää, mikä kelpaa ja mikä ei. Hän toimii osana ryhmää ja pyrkii siihen, että tasavertaisuus monessakin mielessä toteutuu. Prosessin lopuksi on aina palautekeskustelu.

Kaikki haastateltavat näkivät sinäkuvallisuudesta olevan hyötyä. Harju sanoo ajatusten jakamisen lisäävän myötätuntoa itseä ja toisia kohtaan. Uskaltamiseen, avoimuuteen ja välittämiseen kuuluvat minä ja muut. Harjun mukaan laitostyöskentelyssä taiteilija näkee erilaiset vaikutukset kuin terapeutti. Taiteilijan työtä ei ole ajatella sitä, kuinka taidetta tehdään terapeuttisesti, vaan sitä, että tehdään taidetta. Taiteen olemisen oikeutusta laitoksissa täytyy valitettavasti aina etsiä. Taiteilija on Harjun mielestä yhteiskunnan jokerikortti, yhdenlainen voimavara yhteisöissä. Oikeutus ei ole se, että taide olisi terapeuttista, vaan se, että se on jotakin muuta. Joku ihminen tarvitsee terapiaa, mutta joku saa enemmän taidetyöskentelystä.

Bartsch sanoo, että taiteellisessa toiminnassa voi saada erilaisen näkökulman toiseen ihmiseen. Oma ajatusmaailmaa rikastuttaa työskennellä yhdessä toisten kanssa. Motivoivana tekijänä osallistujille on usein itsensä haastaminen ja poistuminen omalta mukavuusalueeltaan. Ihmisille voi tulla kokemus siitä, että me kaikki tarvitsemme toisiamme. Yhteisen onnistumisen ja omien pelkojen voittamisen tunteen vaikutuksia ei voi aliarvioida. Taiteeseen kuuluu myös

tärkeänä puolena leikkisyys, jossa voi tehdä hauskoja ja hulluja juttuja. Silti hänen mielestään taiteelliseen toimintaan ei tarvitse suhtautua hyötynäkökulmasta. Joitain tavoitteita voi saavuttaa, mutta voi olla, että saavuttaa asioita, joita ei pysty etukäteen kuvittelemaan.

Vähämaa ja Westerlund toteavat, että kaikesta ei tarvitse olla hyötyä, mutta he ajattelevat, että sinäkuvalisessa työskentelyssä on voimauttavaa potentiaalia. Se opettaa ihmisiä kohtaamaan toisiaan. Työskentelyssä voidaan korostaa ihmisyyttä ja ihmisten samankaltaisuutta, eikä sitä, millä tavalla olet toisenlainen. Se että ihmiset kokisivat tulevansa hyväksytyksi, lisäisi suvaitsevaisuutta.

6 SINÄKUVALLISESSA PROSESSISSA

Sinäkuvallisessa projektissa lähtökohtanani on ollut keskittyä toisen ihmisen kohtaamiseen, näkemiseen, ymmärtämiseen ja palautteen antoon. Ystäväni Pipsan sairastuttua krooniseen syöpään aloitimme taiteellisen yhteistyön, jonka mielsimme eheyttävän valokuvan projektiksi. En pyrkinyt käyttämään mitään tiettyä menetelmää, mutta halusin, että olemme vuorovaikutuksessa, jolla on molemmille annettavaa. Halusin myös ymmärtää sitä tunneprosessia, johon ystäväni oli sairautensa myötä joutunut. Pyrkimyksenäni oli tehdä sinäkuvalinen, taiteellinen ja vertaistuellinen kuvasarja, jonka toteutuksessa olemme molemmat mukana mutta jonka lopputuloksesta minä vastaan. Suunnittelimme, että näyttelyyn tulee mukaan myös Pipsan runoja, mikäli tekstiä alkaa syntyä tekemieni kuvien myötä. Näin prosessissa olisi mukana myös omaelämäkerrallinen lähtökohta.

En miellä työskentelyämme muotokuvien tekemiseksi, vaikka kuvat ovat myös muotokuvia. Puhun mieluummin sinäkuvallisesta työskentelystä, sillä tavoitteenani oli ennen kaikkea antaa myönteistä palautetta kuvien ja Pipsan kirjoittamien omakuvallisten runojen avulla. Pääpaino ei ole kuvan saamisessa, vaan kuva on väline, jonka avulla palaute annetaan. Merkityksellistä oli koko prosessi kuvaamisesta näyttelyn myötä saatuun palautteeseen saakka.

Projektimme teokset ja runot on tarkoitettu julkisiksi, yleisölle esitettäviksi. Julkinen esillepano on oleellista sairastuneen nähdä tulemisen tarpeen vuoksi. Taide ei ole ensisijaisesti terapiaa, mutta se voi olla terapeutista sen tekijöille ja katsojille. Julkisuus vaatii kuvattavalta paljon rohkeutta ja psyykkistä prosessointia, jotta sen myötä saatuun palautteeseen voi uskaltautua. Palaute on erittäin tärkeää sekä työskentelyn että sen julkisen esittämisen aikana. Palautteen saaminen laajenee julkisuuden kautta toisilta saatavaan palautteeseen eikä rajoitu ainoastaan minun antamaani palautteeseen ja keskusteluihimme.

6.1 Toteutus

Menin tapaamaan Pipsaa Jyväskylään pian saatua tietää hänen sairautensa uusineen. Olimme sopineet yhteisestä taidetyöskentelystä puhelimitse, ja ensimmäisessä tapaamisessa pohdimme alustavasti työskentelyä ja sen aikataulua. Olemme ystäviä 25 vuoden takaa, joten yhdessä työskentely oli helppo aloittaa. Aikaa ei tarvinnut varata toisiimme tutustumiseen. Tapaaminen sai oman ideointini käyntiin. Palattuani Turkuun tein alustavaa ideointia kuvista ja pohdin mahdollisia toteutustekniikoita.

Tapasimme toisen kerran tarkemman yhdessä suunnittelun ja kuvausten merkeissä. Aikaa olimme varanneet kolme päivää. Kuvasimme suunnitelmien pohjalta Pipsalle merkityksellisissä paikoissa intensiivisesti työskennellen. Keskustelimme rooleistamme kuvaajana ja kuvattavana sekä epävarmuuksista rooleissamme. Oma epävarmuuteni liittyi kuvaustilanteeseen, tekniseen osaamiseeni ja vuorovaikutustaitoihini yhteistyössä. En voi tehdä toisen tunteista oletuksia, joten pyrin olemaan mahdollisimman avoin omien tunteideni ja kysymysten kanssa. Pipsaa jännitti itsensä kohtaaminen kuvissa ja se, mitä ne toisivat tullessaan julkisuuden myötä. Hän kertoi, ettei voisi olla kuvattavana kenen tahansa kanssa. Peloistamme puhuminen lievitti niitä ja teki yhdessä työskentelystä luontevaa. Suunnittelimme yhdessä, millaisia kuvia kuvaamme. Keskustelimme kuvien merkityksistä ja siitä, mitä niillä haluamme viestiä. Ideointivaihe oli antoisaa yhdessäoloa. Tunnelma oli luottavainen ja tunnerikas. Vahvistimme luottamusta kuvausten aikana kertomalla, miltä meistä tuntuu. Iltaisin kävimme läpi päivän antia, vaihteita ja merkitystä. Sovimme myös, että Pipsa kirjoittaa halutessaan kuvien pohjalta runoja ja että ne voivat tulla mukaan näyttelykokonaisuuteen, jos hän niin haluaa.

Tapaamisen aikana kerroimme myös Pipsan perheelle muutamia erilaisia tapoja osallistua prosessiin. Aktiivista roolia he eivät kuitenkaan halunneet ottaa. Pipsa toivoi kuvissa olevan hänelle merkityksellisiä asioita, joten perhe tuli mukaan perhekuvan muodossa. Kaikki perheenjäsenet eivät halunneet kasvoillaan

mukaan näyttelyyn, joten päädyin tekemään perhekuvan kaikkien kämmenpohjista. Osallistamisesta Pipsa kertoo haastattelussa näin:

”Olet ottanut myös lapset ihanasti tässä projektissa huomioon. Tuntuu, että tämä on heille siksi aika luonteva asia. Arvostan myös sitä, että järjestit esteettömän näyttelypaikan, jotta äitini pääsisi sitä katsomaan.”



Kuva 5. Perhe, 2015, fotopolymeeri, 27 x 27 cm.

Työstin kuvia pikkuhiljaa muun opiskelun lomassa. Tein niistä vedoksia grafiikan fotopolymeeri-tekniikalla. Sitä mukaa kun sain teoksia valmiiksi, lähetin niitä Pipsalle. Joidenkin kuvien pohjalta hän kirjoitti runon saman tien kuvan saatuaan. Joku runo oli syntynyt jo heti kuvien ideointivaiheen jälkeen. Osa runoista syntyi siinä vaiheessa, kun olin saanut kaikki työt valmiiksi.

Keskustelimme Pipsan elämään, kuviin, runoihin ja prosessiin liittyvistä aiheista puhelimitse, sähköpostitse ja tavatessamme. Tapasimme projektin merkeissä puolentoista vuoden aikana viisi kertaa useamman päivän kerrallaan. Yksi tapaamisista oli ryhmätapaaminen läheisten ystäviemme kanssa. Katsoimme yhdessä tekemiäni kuvia ja saimme molemmat arvokasta palautetta.

Projektista tuli hienolla tavalla yhteisöllinen. Näyttelyn avajaiset olivat 13.11.2015 Jyväskylässä, Galleria Hopassa. Noora Määttä esitti Pipsan runoista säveltämiään lauluja säestäen ne yhdessä Petra Luukkaisen kanssa. Näyttelyn valvontaan 14.–4.12.2015 osallistuivat Keski-Suomen Syöpäyhdistyksen tukihenkilöt sekä monet ihanat ystävämme. Syöpäyhdistys järjesti tilassa vertaistukiryhmien tapaamisia, joissa Pipsa kertoi prosessistamme sekä luki ääneen runojaan. Jokainen runo synnytti keskustelua.

6.2 Valta

Voimauttavassa valokuvassa pidetään tärkeänä vuorovaikutusta ja että kuvattava on subjekti eikä objekti. Kuvattavalla on valta määritellä, miten haluaa tulla nähdyksi (Savolainen 2009, 212). Tässä prosessissa olen käyttänyt valtaa tekemällä taiteilijan valintojani. Suunnitteluvaiheessa keskustelimme ehdotuksista yhdessä ja otin niitä pohdintaani, mutta lopulliset ratkaisut kuvavalinnoista ja niiden muodosta tein itse. Suunnittelu merkitsi minulle alustavaa ideointia, mutta ymmärsin sen vasta jälkikäteen. Jokainen kuva vei omaan suuntaansa sitä tehdessäni. Kuvavalinnoista keskustelimme palautekeskustelussa paljon. Minun olisi pitänyt jo alussa osata kertoa se, etten lähde välttämättä suunnitelmaa sellaisenaan toteuttamaan. Pipsalle olisi toisaalta ollut raskasta

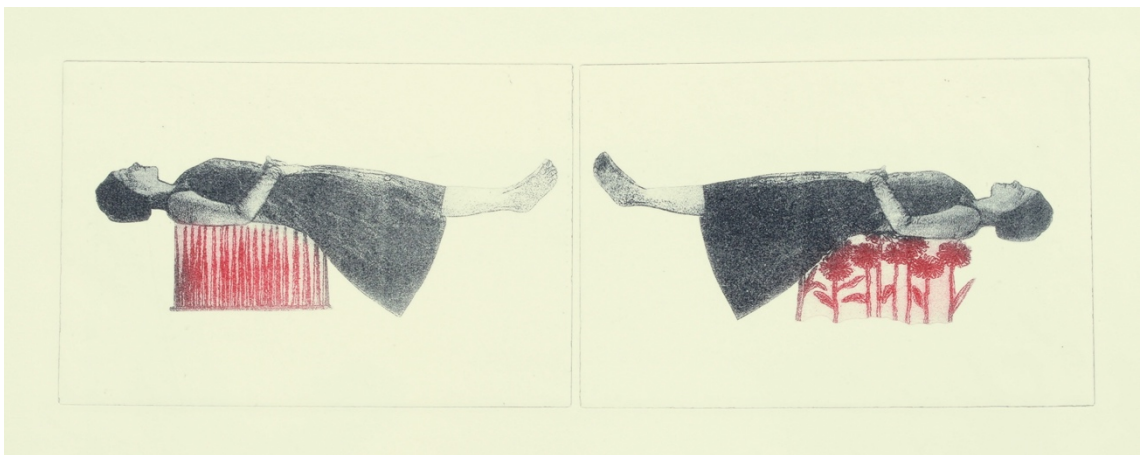
miettiä intensiivisesti kanssani koko työskentelyn ajan kaikkea projektiin liittyvää. Se olisi hänen mukaansa vienyt häneltä voimia ja vahvistanut sairaan identiteettiä. Hän antoi minulle melko vapaat kädet toimia kuvien kanssa. Pipsalle oli tärkeää se tieto, että voimme jättää projektin kesken hänen niin halutessaan. Olen antanut hänelle sellaista sinäkuva, mitä olen halunnut antaa. Keskustelussamme valintojen merkityksistä Pipsa kertoo pitävänsä tärkeänä kuvattavan huomioimista:

”Koska se on näin mennyt, niin silloin täytyy antaa paljon huomiota sille, miten sinun ratkaisusi vaikuttavat minuun ja omaan prosessiini. Mitä ne kenties muuttavat, tai muuttavatko ne mitään, ja mitä tunteita ne herättävät? Sitä huomiota sinä olet tässä nyt juuri antanutkin. Jo suunnitteluvaiheessa voisi pohtia näitä kysymyksiä. Kuvattavalla täytyy säilyä myös mahdollisuus muuttaa mieltään ja esimerkiksi jättää halutessaan pois jokin työ. Itse allekirjoitan kaikki tämän näyttelyn työt, enkä halua jättää mitään pois. Jotkin kuvista ovat näyttäneet alkuperäisissä visioissani selkeästi juuri sellaisilta kuin niistä lopulta tuli. Sinulla on ollut hyvin tarkat korvat kuulemaan mitä haluan. Se on kuvista nähtävissä, vaikka kokonaisuus ei ole juuri sellainen kuin suunnittelimme aluksi. Koin vahvasti, että kunnioitit sitä mistä kerroin, kun niitä mietittiin ja lähdettiin ottamaan. Kuvat kertovat juuri niistä asioista, vaikka ovatkin erilaisia.”

Paljon keskustelua herätti myös se, kun pohdin, jättäisinkö näyttelykokonaisuudesta pois kuvia, joihin olin liittänyt symboliikkaa. Ulla Halkola kertoo päätötyössään *”Valokuvan käyttö kriisiterapiassa”*, että symboliset kuvat voivat tarvittaessa etäännyttää ihmistä ahdistavista kokemuksista (Halkola 2003, 31-32). Pipsan mielestä symboliset teokset kuvaavat hänen henkistä puoltaan ja suuremmat valokuvat hänen kehostaan fyysistä puolta. Molemmat kuvamaailmat ovat hänelle merkityksellisiä. Symbolisen kuvaston hän kokee antavan suojaa: jos kuvat eivät olisi näyttelykokonaisuudessa, niin esillä olisi vain hänen paljas kehonsa. Toisaalta hän arvelee fyysisen kuvaston riisuttuna symboliikan

suojasta pakottavan häntä kohtaamaan julmaa totuutta, sitä, ettei hän parane. Nyt, kun hän voi hyvin, hän pohtii mihin hän sitä suojaa tarvitsee.

Hän kehottaa minua pohtimaan, mitä haen sinäkuvallisuudella: pyrinkö toteuttamaan kaiken sen, mitä toinen on toivonut? Hän ehdottaa, että toteutan jossain projektissa esimerkiksi yhden työn niin pitkälle, kuin kuvattava toivoo. Kuitenkin hän kokee päässeensä tällä tavoin prosessissa syvemmälle ja joutuneensa kohtaamaan jotakin sellaista, jota ei olisi kohdannut, jos olisin toteuttanut kaiken yhdessä suunnittelemani. Jos toteuttaisin kaikki kuvattavan toiveet, mielestäni ne olisivat kuvattavan omakuvia eikä niinkään sinäkuvia. Yhdessä suunnittelu on silti tärkeä ja tarpeellinen työskentelyn vaihe, jossa yhteistyölle luodaan raamit, synnytetään luottamus ja innostus sekä herätellään yhdessä visiota.



Kuva 6. Pitkä matka lähelle, 2015, fotopolymeeri, 13 x 40 cm.

6.3 Vaikutukset

Projektimme alussa keskustelimme siitä, miellämmekö projektimme voimauttavan valokuvan projektiksi. Pipsan mielestä sana eheyttävä kuvasi paremmin hänen tavoitettaan. Kuvausten aikana hän tunsi itsensä hauraaksi, eikä vielä

tiennyt, millä tavalla hoidot tulevat häntä auttamaan. Vuoden päästä kuvauksista voimauttava tuntui hyvältä ilmaisulta, sillä hän tunsu itsensä vahvaksi. Hän toteaa:

”On ihan hyvä kysymys kuinka paljon tällä prosessilla on ollut siihen merkitystä. Koen koko prosessissa itseni ylittämistä ja rohkeutta, joka koostuu silkasta hulluudesta ja ripauksesta tervettä narsismia. En olisi lähtenyt koko prosessiin, jollen olisi kuvitellut siitä mitään saavani.”

Eheyttäviksi ja voimauttaviksi hän mainitsee kuvan selästään, kuvat, joissa hän tanssii kesämökkinsä kallioilla ja kuvan paljaasta yläkehostaan. Kuvien vaikutuksista hän kertoo näin: *”Selkäkuvasta näin, että minullahan on lihakset, joilla nousta. Se koko siluetti on kaikkea muuta kuin kuollut.”* Omaa selkäänsä on vaikea nähdä ilman valokuvaa. Sen avulla hän saattoi todeta fyysisen voimansa, joka muuttui myös henkiseksi voimaksi. *”Tanssijakuvissa on myös voimaa, mutta niiden voima on ympäristössä, vahvassa kalliossa.”* Kuvauspaikkana oli Pipsan valitsema hänelle tärkeä kallio, jolla on kuvattu aikoinaan hänen hääkuviansa. *”Teoksessa ”Siivetön” eheyttävyys tulee ilmeestäni, jossa näkyy tahto, jolle olen pystynyt antamaan riittävästi tilaa. Sillä on ollut vointiini iso vaikutus.”*



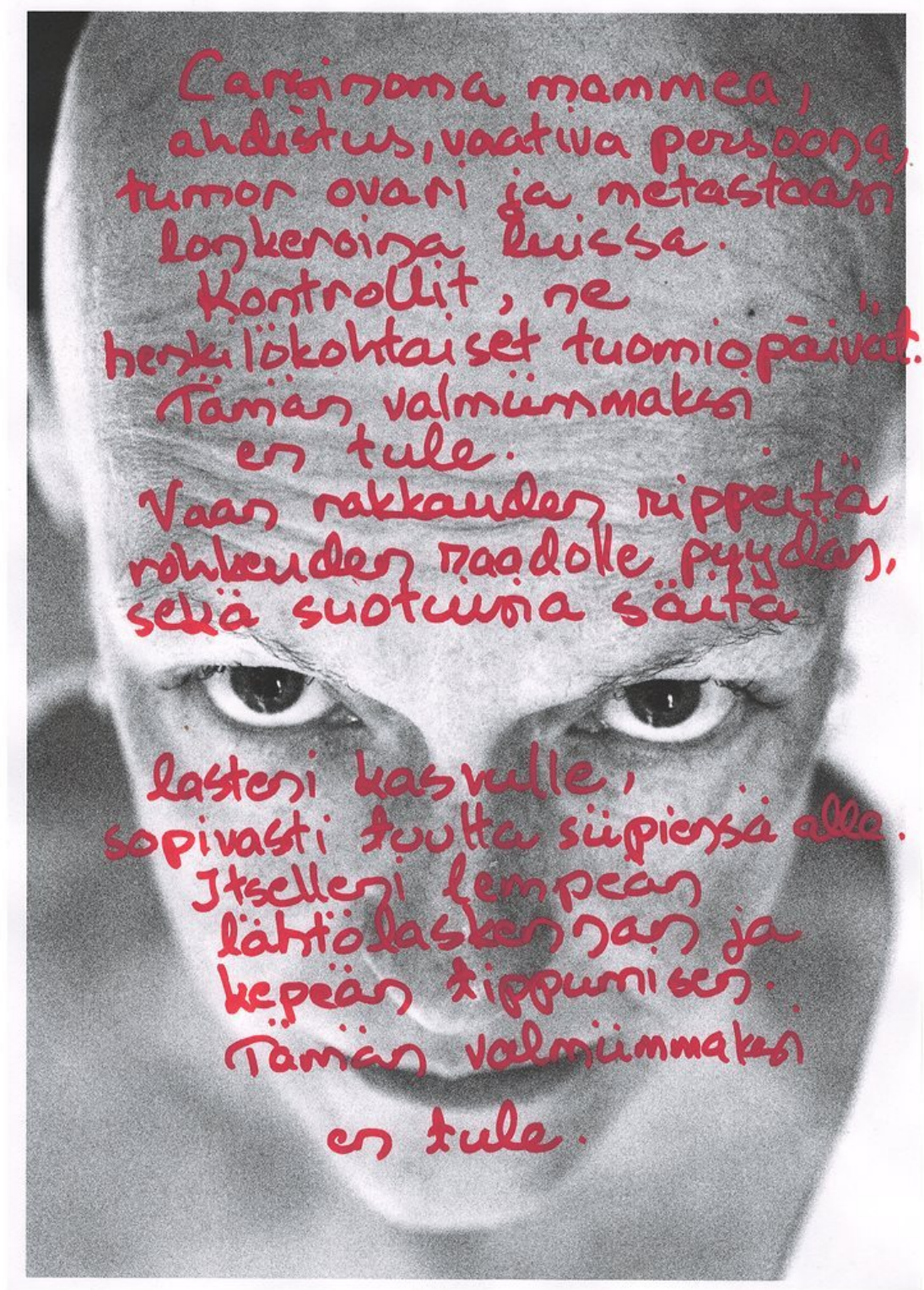
Kuva 7. Haarniska, 2014, fotopolymeeri, 17 x 22 cm.

Lähetin valokuvan *Tämän valmiimmaksi* en tule Pipsalle punaisen tussin kera, ja hienovaraisesti toivoin hänen kirjoittavan kuvan päälle jonkin runon, sillä mielestäni kuvan ilme haastaa katsojaa. Kuvassa kuulen voimakkaan subjektin sanattomat kysymykset katsojalle: Kuinka sinä kohtaat minut sairaana? Millainen olisi oma reaktiosi saadessasi tietää, että olet sairastunut parantumattomasti? Pipsalle kuvan merkitys on arvattavasti toisenlainen kuin minulle:

"Saadessani kuvan postissa reaktioni oli yllättävän voimakas. Sain jostain omasta tunteistani kiinni ja kirjoitin runon saman tien. Olin kuvan ja runon kanssa kuohuksissani, mutta olenkin ihminen, joka tarvitsee isoja tunteita. Koin tilanteen sellaisena raadollisen itseni kohtaamisena, jota peittelen muilta. Runo kertoo tunteistani tilan-

teessa, jossa minulle kerrottiin ennuste jäljellä olevasta elinajastani, kun sitä kysyin.”

Näyttely, julkisuus ja sen myötä tullut palaute vaikutti Pipsaan valtavasti: hän totesi avajaisten jälkeen, ettei ole enää sama ihminen kuin ennen – positiivisessa merkityksessä. Antaessaan näyttelystä haastattelua medialle, hän tajusi merkittävän vaikutuksen: projekti on tehnyt hänen sairaudestaan pienemmän ja hänestä itsestään suuremman.



Kuva 8. Tämän valmiimmaksi en tule, 2015, valokuva, maalikynä.

6.4 Arviointi

Projekti kesti aloituksesta näyttelyn järjestämiseen puolitoista vuotta. Kuvaukset teimme muutaman päivän aikana sen alkuvaiheessa. Sen lisäksi olisi ollut hyvä olla vielä toinen tapaaminen kuvausten merkeissä. Pipsan mukaan etäisyyden ottaminen kuviin olisi tuonut jatkoajatuksia, joita olisi voinut vielä työstää eteenpäin. Seuraavissa sinäkuvallisissa projekteissani osaan ottaa tämän tarpeen paremmin huomioon.

Pipsalle sinäkuvallinen työskentely oli hyödyllinen sairauden tuoman psyykkisen työskentelyn tueksi. Oman kehon radikaalit muutokset vaativat sisäistä työskentelyä, samoin sopeutuminen haasteelliseen elämänvaiheeseen sairaana naisena, vanhempana, työntekijänä ja potilaana. Hän kertoo saaneensa projektissa vahvistusta identiteetilleen, sillä siinä on voinut nähdä itsessään olevan kauneuden ja kuvattavuuden. Hän kokee saaneensa tukea myös naiseuteen ja äitiyteen liittyvissä kysymyksissä. Kirjoittamistaan runoista hän ei kokenut saaneensa minulta tarpeeksi palautetta tai ohjausta. Saatoin antaa palautetta omista tunnekokemuksistani teksteihin liittyen, niiden liikuttavuudesta ja kauneudesta, mutta en kyennyt ohjaamaan häntä kirjallisessa mielessä. Palautetta niistä hän haki runoilijaystäviltään. Sinäkuvallisuus toteutui silti kuvissa ja annettussa sanallisessa vuorovaikutuksessa. Taiteen avulla jaettu tieto ja tunne antoivat keinoja identiteettityöhön ja syvensivät ymmärrystä toisen kokemusmaailmasta. Pipsa kertoo kuvien vaikutuksista:

”Kuvien kautta olen joutunut pohtimaan paljon asioita. Muille kuvat voivat olla se mitä niissä ulkoisesti näkyy, mutta itse näen ne koko historiani kannalta, ja sen, että kuvausten aikana kävin läpi hoitoja. Kuvat ovat laittaneet osaltaan pysähtymään ja kohtaamaan totuutta. Niiden kautta olen lähtenyt kirjoittamaan tunnetta. Niitä runoja ei olisi ilman kuvia tullut.”

Yhteistyö, keskusteleminen ja läheisyys ovat olleet molemmille merkityksellisiä. Prosessissa on syntynyt useita taiteellisia teoksia, joiden tekemisestä olen nauttinut ja joilla on monenlaisia merkityksiä Pipsalle. Hänen mielestään on-

nistuin tavoitteessani hyödyttää häntä hänen henkilökohtaisessa prosessissaan sairauden kanssa. Hän sanoo projektin olleen eheyttävä ja voimauttava, mutta sen tehneen välillä myös kipeää. Vaikka projekti on asettanut hänelle haasteita, hän kokee vahvistuneensa. Kivun takana on ollut aina oivallus ja hänestä on tullut henkisesti vahvempi.



Kuva 9. Lentokykisiä, siskoni, 2015, fotopolymeeri, 20 x 14 cm.

7 LOPUKSI

Ihminen tarvitsee eheytyksensä ja itsensä toteuttamisen tueksi toista ihmistä. Itsearvostuksen ylläpitämiseksi myönteinen palaute on tärkeää. Taiteen avulla syntyy kohtaamisia, joissa palautetta voi antaa ja voimme osoittaa toisillemme, kuinka arvokkaita olemme. Vuorovaikutuksessa voimme kokea yhteenkuuluvuutta ja yhteisymmärrystä. Taide antaa elämällemme merkitystä ja voimme käyttää taiteellisia keinoja apunamme mm. kipuilllessamme vaikeassa elämänvaiheessa.

Sinääkuvat ovat muotokuvia, mutta muotokuvaus eroaa silti sinäkuvallisesta työskentelystä. Sinäkuvallisuudessa tärkeintä on toisen kuuntelu, katsominen, keskustelu ja palautteen antaminen. Parhaimmillaan työskentely on vastavuoroista kuvan tekemistä. Sinäkuvallisuus on taiteellista työskentelyä, mutta osallistujat eivät ole välttämättä taiteilijoita, eikä taiteellisuus ole työskentelyssä tärkeintä. Työskentelyssä on hyvä käyttää sinäkuva-termiä, jotta osallistujat ymmärtävät prosessin vuorovaikutuksen ja palautteen merkityksen tehdessään toisille sinäkuvallisia muotokuvia.

Sinäkuvallisuus opettaa ihmisiä kohtaamaan toisiaan. Työskentelyssä voidaan korostaa ihmisyyden samankaltaisuutta. Kun työskentelyyn liitetään omakuvallisuus, kuvien henkilökohtaiset merkitykset on helpompi huomata. Sinäkuvallisuudessa kerron omaa käsitystäni sinusta. Kuvamme itsestämme muuttuu ja vahvistuu toisilta saadun palautteen myötä. Opimme toistemme kokemusmaailmasta, suhtautumisestamme toisiin ihmisiin, pyrkimyksistämme, ja tarpeestamme olla toisten ihmisen kanssa yhteydessä.

Syöpymätön-projektissa pääpaino oli vuorovaikutuksessa ja palautteen antamisessa kuvien ja Pipsan kirjoittamien omaelämäkerrallisten runojen avulla. Palautteen saaminen laajeni prosessissa toisilta saatavaan palautteeseen julkisen esittämisen kautta. Pipsa kertoo kokeneensa itsensä ylittämistä, rohkeutta, eheytymistä ja voimaantumista. Työskentelymme laitoi hänet haasteelliseen tunneprosessiin, jossa hän joutui kohtaamaan myös kipeitä asioita mutta

joiden myötä hän sanoo olevansa henkisesti vahvempi. Hän on saanut vahvistusta identiteetilleen nähdessään kuvien ja runojensa avulla fyysistä voimaansa, kauneuttaan ja terveyden kannalta merkittävää tahtotilaansa.

Olimme molemmat näyttelyn toteutuksessa mukana, mutta minä vastasin sen lopputuloksesta. Näyttelyyn tekemäni kuvat kertoivat Pipsalle tärkeistä asioista, mutta olivat erilaisia kuin aluksi yhdessä suunnittelimme. Aivan tasavertaista koko prosessi ei siis ollut. Olen antanut hänelle sellaista sinäkuva, mitä olen halunnut antaa. Omat ratkaisuni kuvavalinnoista ovat herättäneet Pipsassa erilaisia tunteita, joita hän on työstänyt mielessään ja runoissaan. Valinnoista keskusteleminen on ollut tärkeää. Palautekeskustelussa ilmeni, että jo suunnitteluvaiheessa olisi ollut tärkeää pohtia kuvavalintoihin liittyviä kysymyksiä.

Itselleni työskentely toi ymmärrystä sinäkuvallisten työskentelyn haasteista ja palkitsevuudesta sekä tunneprosessista, johon Pipsa oli sairauden myötä joutunut. Sinäkuvalisuuden avulla saatoin itsekin työstää suruani ja menettämisen pelkoani ystäväni sairastuttua.

Sinäkuvallinen työskentelyni on jatkumoa omakuvalliselle työskentelylleni. Tarvitsin itseni paremman tuntemuksen kyetäkseen ymmärtämään kuvien merkityksen toiselle. *Syöpymätön*-projektissa yhteinen historia tuntui olevan suuri etu. Luottamuksellisen ilmapiirin saavuttaminen oli sen vuoksi molemmille helppoa. Huomasin, että pidän parin kanssa työskentelystä. Kokemukseni antaa minulle rohkeutta työskennellä sellaistenkin ihmisten kanssa, joita en en-tuudestaan tunne. Ryhmän kanssa työskentelyn toteuttaisin yhdessä toisen ohjaajan kanssa. Kaikissa projekteissa ei tarvitse pyrkiä kokonaiseen taiteelliseen näyttelyyn, vaan voi edetä pienemmin askelin.

Vähämaan mielestä sinäkuvalisuus on hyvä konkreettinen menetelmä, mutta sen voi ajatella olevan kokonainen maailmankatsomus, tapa elää, jopa eettinen vakaumus. Se on kurottautumista toista kohti. Hänen mukaansa voimme sen avulla pohtia, miten ihminen on yhtä toistensa ja luonnon kanssa ja miten olemme maailmassa. Minulle on herännyt kysymys, millä keinoin ihmisten si-

nätietoisuutta voisi herättää. Haluan tutkia, millaiset asiat voisivat herättää sitä meissä samoin kuin vaikkapa kameran läsnäolo herättää minätietoisuuttamme. Lisääntyisikö sinätietoisuutemme kuvataiteellisten prosessien avulla? Sinäkuvaluus somessa olisi myös mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe.

Kuvataiteen tekeminen tuntuu taloudellisessa mielessä järjettömältä, ja sen vuoksi joudun säännöllisesti pohtimaan tekemisen mielekkyyttä. Sinäkuvaluinen työskentely on tuonut itselleni mielekkyyttä jatkamiseen, sillä siten voin kokea työskentelyni olevan hyödyllistä, vaikkei se taloudellista olisikaan.

Pipsa kiteyttää sinäkuvaluisuudesta näin:

”Se että toinen haluaa nähdä, on jo iso teko. Mikä tilaus sinäkuvaluisuudella voisikaan olla tässä yksinäisten ihmisten maailmassa.”

LÄHTEET

Aalto, J. 2010. Kohteena ihminen: Muotokuvauksen käsikirja. Jyväskylä: WSOY.

Karlsson-Sutisna, S. 1995. Taide ihmisyyden tutkimisessa – ja päivähoito. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Kaivolla: taide tiedon lähteenä. Helsinki: Stakes, 66-68.

Erävaara, T. 2011. Intohimona omakuvat. Teoksessa Tanskanen, I., Erävaara, T., Lehto, K. (toim.) Omakuva on jokaisen kuva. Turun ammattikorkeakoulu, 32-33.

Halkola, U. 2003. Valokuvan käyttö kriisiterapiassa - Valokuvan terapeuttinen voima – mitä se on? Psykoterapiataitojen instituutti.

Hyypä, M.T. & Liikanen, H.-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita Prima Oy.

Koskivaara, K. 1992. Sinäkuva työpaja: luonnoksesta lavastetuksi kuvaksi. Valokuva 5/1992, 22-23.

Kurki, J. 2011. Lapsi Toinen. Vantaa: Apeiron Kirjat.

Kääriäinen, H. 1988. Minäkuvan kehitys. Helsinki: Finn Lectura.

Ojanen M. 1996. Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen. Tampere: Kirjatoimi.

Ruotsalainen, M. & Kallio, R. 2006. Suomalainen muotokuva. Helsinki: Tammi.

Savolainen, M. 2008. Maailman ihanin tyttö. Helsinki: Blink Entertainment Oy.

Savolainen, M. 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U, Mannermaa, L. & Koffert, T., Koulum L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 212.

Kysymysrunko haastattelua varten

Nimi

Ammatti

Onko termi sinäkuva sinulle tuttu?

Oletko käyttänyt sitä jossain yhteydessä?

Mitä termi sinäkuvallisuus pitää sisällään?

Missä yhteydessä termejä sinäkuva ja sinäkuvallisuus voidaan käyttää?

Millainen voisi olla sinäkuvallinen työpaja?

Oletko pitänyt sinäkuvallisia työpajoja, millaisia?

Miten sinäkuvallisuus on mielestäsi vastavuoroista?

Millaisia kriteereitä niiden tulisi mielestäsi täyttää?

Millaisia tavoitteita sinäkuvallisuudella voisi mielestäsi olla?

Mitä hyötyä työpajoista voisi mielestäsi olla?

Miten sinäkuva liittyy mielestäsi muotokuvaan tai omakuvaan?

Onko määritelmä sinäkuvallisuus mielestäsi tarpeen?

Runomuotokuva

Lotalle

Syystaivaan haikeus

joka ei ole kyyneleitä

vaan sitä, että

nostaa kämmenensä

ja antaa hiekan valua

Poimii kostealta nurmelta

Kirpeät raakileet

Kämmenet katsoivat taivasta

Valmiina sateelle

puolivälissä lämmölle

ja sanoille kuin raakileet

Hengitys, jotta

mehiläinen voisi levähtää olallasi

Pyyntö, kämmenet,

ei vaatimusta.

Jasmine 11.9.2015